

あなたは受けていますか？

～生活習慣病検診のお知らせ～

町では、年1回「生活習慣病検診」を実施しています。

今まで受診票が送られていなかった方で、新たに町の検診を希望される方は、6月6日（水）から15日（金）までに保健福祉課へお申し込みください。

（昨年まで受診票が送られていた方は、申し込みの必要はありません。）

なお、今年度の検診予定は、下記のとおりとなっております。

| 検診内容 | 対象年齢（H20年4月1日現在） | 日程 |
|------------------|---------------------------------------|---|
| 結核検診（胸部レントゲン検査） | 65歳以上の方 | 8月27日(月)～9月21日(金) * 土・日を除く * 9月16日(日)に「日曜日検診」を実施します。受け方は、後日お知らせします。 |
| 肺がん検診（胸部レントゲン検査） | 40歳以上の方 | |
| 基本健康診査 *（施設検診も可） | | |
| 胃がん検診 *（施設検診も可） | | |
| 喀痰・大腸がん検診 | | |
| 前立腺がん検診 | 基本健診と一緒にいきます （50・55・60・65・70歳の 男性） | |
| 子宮がん検診 *（施設検診も可） | 20歳以上の女性 | 10月3日(水)・11日(木)・12日(金)の3日間 |
| 乳がん検診 | 40歳以上で偶数年齢の女性 | 12月に実施予定 詳しくは広報などでお知らせします。 |

- 「集団検診」は無料です。会場は、保健福祉センター・中畑公民館・三神公民館・三城目集落センターになります。
- 「施設検診」は指定病院で行う検診で、町が送付した受診票を持参して受けるようになります。また、検診料金は一部負担していただきます。日程など詳しい内容は、受診票と一緒に送付いたします。

☎ 保健福祉課健康増進室 ☎ (44) 2300



私のひと言

「そ」・「わ」・「か」の法則



矢吹町長

野崎吉郎

ある日の役場の1日。午後、2階から大勢の職員の大きな笑い声が耳に届く。いつもは静かな役場で何があったのかと興味を抱き足を運んだ。幹部職員研修の演習がその原因だった。普段とは違った笑顔が印象的であった。その日の夕方。業務終了のチャイムが鳴ると、全職員が一斉に移動を始める。ホウキを持つ者、長靴を履き、作業服を着だす者。今年で2年目を迎えたいつもの掃除の風景。自分の執務場所、階段、通路、もちろんトイレ掃除でもある。私も公務で席を離れる以外は、掃除に精を出す。掃除に勤しむ職員に「ご苦労さま。ありがとう」と照れ臭いが感謝の気持ちを言葉に表す。私が何を言いたいのかわかり頂いたのだろうか。

上述の3つの事象のキーワードは「そ」、「わ」、「か」。

「そ」は「掃除」、「わ」は「笑い」、「か」は「感謝＝ありがとう」である。「掃除」や「笑い」の効果、そして感謝の心の大切さは、今までも折に触れ書かせて頂いてきたが、『小林正観著「そ・わ・かの法則」』という本に出会い、皆さんに是非紹介したいと思いついて書かせて頂いた。この本にも書かれているように、人間が為す行動で最も大切なものは、突き詰めると「そ」、「わ」、「か」に行き着くと言っている。掃除については以前に「掃除道」で触れさせて頂いたので多くは書かないが、昨年からのトイレ掃除用具の売上が飛躍的に伸びているということでも、その効果の程が知れる。因みに、トイレ掃除の代表格のひとりが「北野武」氏というのも意外で興味深い。

「笑い」についても、実に興味深い記述が多い。「笑い」とは人生を肯定すると書いてある。何に対しても、どんなことでも肯定する時に「笑い」が生まれ、肯定とは即ち、「喜び」でもあると書いてある。「喜び」については笑顔が付きものであることから理解出来るし、さらに「笑い」にも、初級、中級、上級があり、究極的には、わけもわからずとも、とりあえず笑うことが肝要と結んでいる。詳しくは本を読んで頂く事を勧める。

三つ目は「感謝」。「ありがとう」の語源は、ご承知の方も多と思うが、実は「有り難し」とは、「あり得ないこと」、「存在しないこと」とあり、そのようなことが起きたとき、神仏を褒め称え、賞賛する言葉が「ありがとう」という言葉だそうである。そして「ありがとう」を全ての物や人に対し言い続けることで、「三秒で、悩み苦しみを消し去る」ということに驚きを隠せない。

非常に当たり前の三つの行ない。しかし、我が身に置き換えると意外に難しいことに気付く。これらを実践し続けることは容易なことではないが、考えてみると、これらの実践は、まず、一人でも出来ること、しかも、場所も時も選ばないし、お金もかからない。この町の「運動」として是非実践し、続けてみたいと考えている。言い忘れていることがある。「運動」とは「運は動より生ず」が語源であり、「実践が結果を生ずる」と書かれていることを紹介し、今月のひと言とする。